



## LA TUBERCULOSE :

Un quart de la population mondiale touchée.  
22.850 Cas au Cameroun en 2021



*Retour d'une  
Vieille maladie !*

### DOCTOR'S VIEW :

- Interview du  
Pr. AFANE ZE Emmanuel  
Pneumologue

### LES DONNÉS DE LA NATURE :

- Miel et Soja, boosters d'immunité

### PARCOURS DES SOINS :

- Vaccination impérative

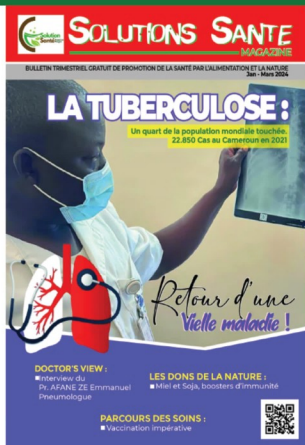


# Allumes Gaz rechargeables & Briquets transparents



dans les supermarchés





## VOTRE SANTÉ, NOTRE PREOCCUPATION

## Édito

Chers tous,

La conviction d'un homme, d'une équipe, sur le bienfondé, le caractère utile et nécessaire d'une action salutaire qui manquait au paysage médiatique de notre pays dans sa version papier, c'est ce qui anime l'équipe de production de Solutions Santé Magazine.

Dans cette édition, le sujet traité c'est la tuberculose, une vieille maladie qui a refait surface du fait il semble, de ses connections avec le VIH depuis quelques années et dont la prévalence dans le monde reste inquiétante. Cependant, on observe une nette tendance au recul de la maladie depuis 2020-2022. Actuellement, les pays les plus touchés sont l'Inde, l'Indonésie et les Philippines. Mais, l'Afrique comme dans d'autres cas n'est pas épargnée par cette maladie qui touche encore un très grand nombre de personnes dans le monde.

Selon le rapport de l'OMS, un quart de la population mondiale était infectée en 2021, c'est-à-dire que les nouvelles infections par le bacille tuberculeux se comptent encore par milliers sur la planète terre.

Lorsqu'on sait que les sujets infectés (non immunisés par le VIH) développent la maladie ou en deviennent contagieux au cours de leur existence, il y a lieu de s'inquiéter. En plus, les personnes infectées à la fois par le VIH et le bacille tuberculeux sont beaucoup plus susceptibles de développer la maladie. D'autre part, les hommes sont plus touchés par cette maladie que les femmes et en l'absence du traitement, une personne atteinte de tuberculose évolutive peut infecter en moyenne 10 à 15 personnes en l'espace d'une année.

Pendant qu'on constate que la baisse du nombre de cas en 2022 est significative (Seize pays ont enregistré 93 % de cette baisse), On se rend compte que l'accès réduit au diagnostic et au traitement de la tuberculose a entraîné une augmentation de décès imputables à la maladie. En 2020, le nombre de décès par la tuberculose chez les personnes séronégatives pour le VIH s'élève à 1,3 million (source OMS).

La rédaction de **Solutions Santé Magazine** à travers cette édition voudrait contribuer à lutter contre ce fléau mondial qui n'épargne pas notre pays. En effet, le combat pour le bien-être commun est une nécessité vitale.

C'est également l'occasion pour nous de souhaiter une bonne et heureuse année 2024 à tous et particulièrement à nos annonceurs sans lesquels ce bulletin trimestriel gratuit d'informations ne surviendrait.

Eithel EKWALLA LOBE

## Équipe de rédaction

**Directeur de Publication**

- Eithel EKWALLA LOBE

**Conseil Médical**

- Dr Maurice EBOA LEMBE (pédiatre)

- Dr Pierre Paul EWANE LOBE (pharmacien)

- Dr Georges Alain BEHLE (chirurgien)

- Dr Michel Auguste MOUELLE

(Chirurgien oncologue)

**Rédacteur en chef**

- Dr Augustine PRISO BEKOMBE (pharmacienne)

**Rédacteur en chef adjoint**

Dr Glorieuse MBE EMANE ( chirurgien dentiste)

**Comité Permanent de Rédaction**

- Dr Augustine PRISO BEKOMBE

- Dr Glorieuse MBE EMANE

- Ariette TCHOUAMO

(Diététicienne - nutritionniste)

- Eithel EKWALLA LOBE

- Marthe ETOA

- Rhodes Aurore NDOMÉ PRISO

- MINOS

**Conseiller à la rédaction & Relations Publiques**

- Louise-Alice WONDJE NGOSSO

(journaliste)

**Secrétariat & documentation**

- Rhodes Aurore NDOMÉ PRISO

**Production & Distribution**

- Solution Santé Sarl

**Conception artistique**

- GENESART

**Correspondants Externes**

- USA : Stéphane DIBOTI LOBE

- Canada : Stéphanie NZIE ATANGANA

- France : Désiré KALLA MANGA

**Régie publicitaire**

- AGENCE PUBLIC

**Impression**

- GALAXIE MEDIA

**Siège** : 1130 Rue Charley EYOUN

EBELLE DEIDO

**BP** : 8010 DOUALA CAMEROUN

**Tel** : 695 65 12 69 / 652 39 95 69

**Email** : solutionssante1@gmail.com,

contact@solution-sante.com,

www.solution-sante.com



# SOMMAIRE

<b>EDITO</b> .....	3
<b>LE DOSSIER</b> .....	5
- INTERVIEW DU Pr. Emmanuel AFANE ZE .....	6
- INTERVIEW DU Dr. WANDJI IRENE A.....	10
<b>BON A SAVOIR</b> .....	12
<b>PARCOURS DE SOINS</b> .....	12
<b>PHARMA.COM</b> .....	13
- CONSEILS PRATIQUES .....	
- PHARMACIES DE GARDE.....	14
<b>DIET INFOS</b> .....	17
- HYGIENE DE VIE.....	17
- DONS DE LA NATURE.....	18
- UNIVERS PRODUITS.....	18
- SPORT ET SANTE.....	19
<b>A VOTRE ECOUTE</b> .....	19
<b>ZOOM SUR L'ENTREPRISE</b> .....	20
<b>FAMILYOPTION</b> .....	21

## Quelques adresses utiles

### **PNEUMOLOGUE**

**Pr. AFANE ZE Emmanuel**

CLINIQUE DU SHALOM

BP : 3729 YDE - TEL : +237 6 99 97 11 66

### **PSYCHOLOGUES**

**Dr Luc KOUOH DIPANDA**

CABINET PSY ET CONSEIL

B.P : 59 DLA - TEL : +237 2 33 42 17 63

### **CHIRURGIEN**

**Dr. ETOKE Richard**

CLINIQUE AMON-RE

TEL : +237 6 99 99 85 31

### **PHARMACIE DES ARTS ET FLEURS**

TEL: +237 6 75 01 01 50 13

### **GRANDE PHARMACIE ZR**

TEL : +237 6 91 29 82 33

### **NUTRITIONISTES DIETÉTIENNES :**

**TCHOUAMO Arlette**

TEL: +237 6 70 29 50 18

**Marthe ETOA NDOCKO**

TEL : +237 6 99 96 74 26

### **HOPITAUX**

- Hôpital Jamot - YDE
- Hôpital Général - DLA & YDE
- Hôpital LAQUINTINIE - DLA
- Hôpital Central - YDE
- Tous les Centres de Santé du Cameroun

## NEWS

## Droit Médical



Tout médecin qui se trouve en présence d'un malade ou d'un blessé en péril ou, informé qu'un malade ou un blessé est en péril, doit lui porter assistance ou s'assurer qu'il reçoit les soins nécessaires". L'article 9 (article R.4127-9 du code de la santé publique).

En l'absence de péril, le médecin a le droit de refuser ses soins pour des raisons professionnelles ou personnelles. S'il se dégage de sa mission, " il doit informer sans délai le patient de son refus ou de son impossibilité à continuer à le prendre en charge;" il doit prendre toutes les dispositions pour que soit assurée la continuité des soins, avec notamment transmission de toutes les informations nécessaires à un autre médecin désigné par le patient.

Lorsque le médecin estime devoir rompre unilatéralement le contrat médical, il peut fournir au patient les raisons de sa rupture mais n'est pas obligé de le faire. Celles-ci lui étant strictement personnelles, et pouvant relever d'une clause de conscience, il n'a pas à les justifier.

À la liberté de choix du malade correspond cette liberté du médecin, bien que conditionnelle".

L'Article 47 (article R.4127-47 du code de la santé publique).

## LE DOSSIER

### LA TUBERCULOSE: "Retour d'une vieille maladie"

Depuis quelques temps, on entend de plus en plus parler de la tuberculose: Une vieille maladie que l'on croyait oubliée depuis belle lurette mais qui n'a pas totalement disparu. Tout comme la lèpre, la tuberculose est une maladie liée à la pauvreté. Cependant, le "réveil" de cette maladie a sonné avec l'apparition du SIDA.



Alors que dans la plupart des régions du monde, le combat contre la tuberculose progresse avec succès, en Afrique, la maladie a atteint des proportions alarmantes, et l'on enregistre un nombre croissant de décès de personnes co-infectées par le VIH. Telles sont les constatations faites par l'Organisation Mondiale de la Santé(OMS) dans un rapport publié le 24 Mars 2005 LONDRES/-GENEVE.



AH NON NON!  
PAS QUESTION!!

Moi JE TOUCHE PAS À UN BÉBÉ!  
C'EST MOCHE, ÇA PUE ET ÇA CRIE!



## Doctor's view



### Interview du Professeur Emmanuel AFANE ZE CLINIQUE DU SHALOM

**Solution santé Magazine (SS. Mag) :** Professeur pouvez-vous nous dire ce qu'est la tuberculose ?

Pr. E.AFANE ZE (Pr. AZE): la tuberculose est une infection microbienne causée par le BK (Bacille de Koch). C'est une maladie qui peut infecter tous les organes ; la forme la plus connue est la tuberculose pulmonaire. Mais contrairement à la croyance générale, la tuberculose attaque tous les organes : les yeux ganglions, intestins, testicules, peau, et même Toutes ces formes relèvent de la catégorie des tuberculoses extra-pulmonaires.

**SS. Mag :** Quelles sont les causes de la tuberculose ?

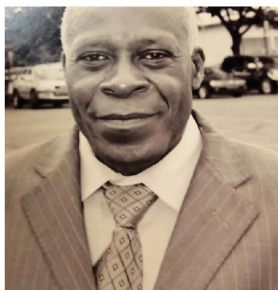
Pr. AZE: Comme nous venons de l'exprimer ci-haut, les causes d'infection sont microbiennes. C'est une mycobactérie de la famille tuberculeuse .Il faut dire qu'il existe des facteurs favorisant la maladie qui sont d'ordre social tels que la malnutrition la promiscuité, le SIDA.

**SS.Mag :** Est-ce une maladie contagieuse ?

Si oui quels sont les modes de transmission ?

Pr. AZE: Oui la tuberculose, est une affection contagieuse. La contamination se fait par deux voies : La voie aérienne et la voie digestive.

**a-La voie aérienne :** le bacille issu du poumon d'un malade est émis dans l'atmosphère lors d'efforts de toux. Toute personne qui se trouve dans l'environnement immédiat risque d'inhaler le bacille en suspension dans l'air et infecter ainsi son poumon. Le microbe se multiplie en lui et conduit à la maladie au bout de 3 mois d'incubation.



Cette transmission aérienne est dite interhumaine (d'homme à homme)

**b-La voie digestive :** la transmission par voie digestive se fait à partir d'aliments souillés par le BK. L'aliment le plus incriminé est le lait non pasteurisé consommé directement après la traite de la vache. Les bovins constituent par conséquent un réservoir de la tuberculose.

**SS. Mag :** Quels signes amènent à consulter ? et quels examens ?

Pr. AZE: il s'agit plutôt des symptômes et non des signes et les symptômes les plus alarmants sont :

- La toux (plus de 3 semaines)
- La fièvre vespérale (fièvre du soir)
- Les sueurs nocturnes
- L'amaigrissement
- L'hémoptysie (la toux accompagnée de crachats de sang) en particulier dans les cas de formes pulmonaires. A celles-ci s'ajoutent d'autres formes à savoir :
  - Des ganglionnaires qui provoquent des gros ganglions au niveau du cou par exemple.
  - Les osseuses qui s'accompagnent de douleur dans les os particulièrement dans la colonne vertébrale.
  - Les abdominales qui se manifestent par un ballonnement au niveau de l'abdomen avec présence d'une ascite (présence de pue ou d'eau dans le ventre).

Les examens à réaliser :

- Une radio du poumon
- Un examen de crachats
- Une IDR (intradermo-réaction à la tuberculine) c'est à dire la cutiréaction sur le bras.

**SS. Mag :** On dit que la tuberculose a un lien avec le VIH. Est ce vrai ?

**Pr. AZE :** Oui. La tuberculose est connue depuis l'antiquité, le VIH depuis les années 80.

Cependant avoir la tuberculose n'implique pas qu'on est infecté du VIH ; mais avoir le VIH constitue un terrain de prédilection pour l'infection tuberculeuse. La raison est que le VIH diminue les défenses naturelles de l'organisme contre toutes les infections et le BK en profite pour se développer facilement.

**SS. Mag :** Comment se prémunir ?

**Pr. AZE :** Se prémunir implique :

- Etre vacciné au BCG (Bacille Calmette et Guérin). Ceci est valable pour les adultes, adolescents et nouveaux nés.
- Bien prendre en charge les patients bacillifères qui propagent la maladie ce qui coupe la chaîne de transmission (cela suppose ...?)
- Consulter rapidement dès que la toux dure plus de 3 semaines.

**SS. Mag :** L'état de cachexie (patient physiquement très amaigri avec seulement la peau sur les os) est-il le signe qu'il est déjà trop tard ?

**Pr. AZE :** Tous les malades cachectiques ne sont pas condamnés. Il y en a beaucoup qu'on peut rattraper. Mais au-delà, il y a d'autres facteurs, l'encadrement psychologique familial, l'alimentation. De même, si le patient est séropositif, voire sidéen, cela peut toujours compliquer la cachexie, surtout s'il y a une diarrhée. En effet, celle-ci est toujours un facteur aggravant.

**SS. Mag :** justement parlant de protocole thérapeutique. Il y a un seuil au-delà duquel, on peut considérer que c'est trop déjà tard ?

**Pr. AZE :** Effectivement. Comme pour toutes les maladies, il est bon d'engager le traitement lorsque le malade a encore assez de réserves pour pouvoir affronter la maladie. Pour parler simple, le médicament vient donner des coups de massue au microbe. Mais c'est le corps lui-même qui achève le combat.

Donc quand le malade est épuisé, il faut le transfuser, il est grabataire, il a perdu plus de la moitié de son poids. Il devient ce qu'on appelle : un « slim ». Il peut arriver qu'on le perde. Le traitement prend du temps à opérer dans l'organisme.

**SS. Mag :** Et le traitement ?

**Pr. AZE :** le traitement de la tuberculose est essentiellement médicamenteux. Quatre médicaments sont administrés en même temps pendant deux mois de façon quotidienne le matin à jeûn. C'est la phase initiale ou d'attaque.

Dès le 3ème mois (phase de continuation), deux des quatre médicaments sont retirés du protocole. Le patient continue son traitement quotidien jusqu'à six mois. Le traitement est totalement gratuit dans toute l'étendue du territoire Camerounais. L'alcool et le sport sont contre-indiqués pendant le traitement. (Le tabac ?). L'observance (la prise de médicaments) est de règle c'est-à-dire prise quotidienne, le matin à jeûn, sans sauter un seul jour, les contrôles sous surveillance médicale.

**SS. Mag :** L'alimentation peut-elle jouer un rôle dans la prévention et/ou la lutte contre la tuberculose ?

**Pr. AZE :** Oui l'alimentation joue un très grand rôle pour que le patient puisse achever par ses forces le travail que les antibiotiques ont commencé car, les antibiotiques assomment le microbe et le malade lui-même l'achève. Il est bon que le malade reprenne son poids c'est le signe extérieur (visible) d'une bonne réponse au traitement et les personnes bien nourries résistent déjà d'avance à l'infection tuberculeuse. Donc une bonne alimentation est une bonne chose avant, pendant, ou après l'infection au BK.

Propos recueillis par Eithel EKWALLA LOBE

## CHOLÉRA

### TRAITEMENT



SELS DE RÉHYDRATATION ORALE



RÉHYDRATATION LIQUIDIENNE INTRAVEINEUSE



ANTIBIOTIQUES



SUPPLÉMENTS DE ZINC

## Dites Nous

### Interview du Professeur Emmanuel AFANE ZE Vice-Président du CNLCT (Comité National de Lutte contre la Tuberculose)

**Solution Santé :** Pr, quel est l'impact de la tuberculose dans notre pays ?

**Pr. AFANE ZE Emmanuel (Pr. AZE):** Notre pays est supposé avoir 15000 à 20000 nouveaux cas de tuberculeux chaque année si on se réfère au RAI (Risque Annuel d'infection) du Cameroun. Mais ceux qui consultent, que nous dépistons et qui sont notifiés à l'échelle central au ministère de la santé avoisinent les 10000 cas ; ce qui constitue un gros impact dans un pays qui compte moins de 20 millions d'habitants. Raison pour laquelle la tuberculose est un gros problème de santé publique au Cameroun, surtout lorsque plus de 30% des tuberculeux sont co-infectés par le VIH.

**SS. Mag:** Est-ce une maladie de la pauvreté ?

**Pr. AZE :** OUI en partie. La tuberculose est liée à la pauvreté mais aussi à la prévalence du VIH.

**SS. Mag :** Quelles actions sont mises en œuvre pour combattre la maladie au Cameroun ?

**Pr. AZE:** La tuberculose est combattue au Cameroun par :

la mise sur pied depuis 10 ans du PNLCT (Programme National de Lutte contre la Tuberculose). Ce programme est bien structuré, allant du centre de santé à l'hôpital de référence en passant par l'hôpital de district. La prise en charge à l'intérieur des hôpitaux se fait dans les CDT (Centre de Traitement de la Tuberculose).

Les coûts ont été profondément minimisés pour le diagnostic (3 examens de crachat à 1000 FCFA).

**SS. Mag :** Le traitement est-il onéreux ?

**Pr. AZE:** C'est un aspect très important : le traitement de la tuberculose est totalement gratuit. Il en est de même de la bacilloscopie (examens des crachats).

- Le traitement est gratuit et l'hospitalisation à l'hôpital JAMOT coûte environ 350 FCFA/ jour. C'est dire que l'hôpital JAMOT qui a pour vocation de soigner les tuberculeux et les malades mentaux assure profondément sa vocation sociale.

- Le BCG occupe une place importante dans le PEV (Programme Elargi de Vaccination du Cameroun). iverra maecenas accumsan lacus vel facilisis.

**SS. Mag :** Existe - t- il des centres spécialisés de dépistage et de traitement ?

**Pr. AZE:** Tous les centres de santé du Cameroun équipés d'un microscope peuvent assurer le dépistage. Les hôpitaux de district, centraux et généraux peuvent distribuer les médicaments selon leur vocation.

Il existe aussi des CDT dans les centres de santé et hôpitaux confessionnels. Mais l'hôpital JAMOT est le centre national de référence pour les formes compliquées de tuberculose qui n'ont pas trouvé la guérison dans la périphérie.

**SS. Mag:** Pour la famille, que faire pour encadrer psychologiquement le malade tout en évitant la contamination.

**Pr. AZE :** Nous avons trouvé la solution à la problématique de risque de contamination au sein de la famille et autres proches, surtout pour la tuberculose pulmonaire qui est la plus contagieuse au contraire de la tuberculose de la peau par exemple. Et cette solution c'est l'hospitalisation obligatoire, pour 21 jours de traitement bien suivi, quoique le traitement complet doive continuer sur 6 mois. Au terme de cette astreinte de 3 semaines, le patient bacillifère (qui propage les bacilles en crachant, en chantant, en riant et même en baillant) n'est plus contagieux. C'est ainsi qu'on coupe la chaîne de transmission

Propos recueillis par Eithel EKWALLA LOBE





DOUALA 1er. COMME 1er!

2024



Web : [www.mairiedouala1.cm](http://www.mairiedouala1.cm) - Email : [contact@mairiedouala1.cm](mailto:contact@mairiedouala1.cm)

Tél. : +237 699 169 981 - 679 950 845

BP : 3135 Douala - Cameroun



La subvention de l'union européenne obtenue par la Mairie de Douala 1er pour financer son projet Unesco heritage for Sustainable Cities lui a valu l'obtention du prix de la région du Littoral à la 5e édition du Prix National Feicom qui récompense les meilleures pratiques communales de développement local.

## Dites-Nous

### Interview du

**DOCTEUR GOUPEYOU WANDJI IRENE ADELINE**

**Coordonnatrice du Groupe Technique Régional de lutte contre la tuberculose à la Délégation Régionale de la Santé Publique du littoral**

**SS Mag :** En tant que responsable en charge du suivi et de l'implémentation des activités de lutte contre la tuberculose dans la région du littoral, pouvez-vous nous donner une idée de la situation dans la région ?

**Dr.GOUPEYOU(Dr.GW):**

Merci pour l'intérêt que vous portez à la tuberculose. La tuberculose est une maladie infectieuse due au bacille de Koch, elle est contagieuse et guérissable.

Dans la région du littoral, nous diagnostiquons en moyenne 5000 cas de tuberculose toutes formes confondues (cas confirmés bactériologiquement et diagnostiqués cliniquement, nouveaux et rechutes) avec environ 6% de cas de tuberculose chez les enfants et une cinquantaine de cas de tuberculose multi résistante (une forme de tuberculose qui ne répond plus au traitement usuel de la tuberculose).

**SS Mag:** Comment situez-vous la région du littoral par rapport au reste du pays ?

**Dr GW:** Les quatre (04) départements de la TB région que sont le Wouri, le Moungo, le Nkam et la Sanaga-Maritime sont divisés en deux zones sur le plan épidémiologique à savoir : la ville de Douala d'une part et le reste de la région du littoral d'autre part. En 2023, sa population est estimée à 4 476 097 (source DHIS2).

Certains districts de santé de la ville de DOUALA (Deido et Bangue) en 2023, ont notifié des taux de TB élevés. Mais sur un plan global de la région du littoral les districts avec des forts taux de notification de TB. sont Edéa et Manjo (Figure 1) Sur plan national, les villes de Yaoundé, Douala et les régions de l'Extrême-nord et du Nord notifient 57% des cas de



TB de tout le pays (Rapport annuel PNL 2022).

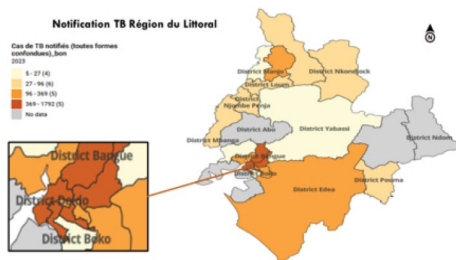
**SS Mag:** Quelle est exactement la nature de votre travail sur le terrain ?

**Dr GW:** Au niveau régional, le Groupe Technique Régional (GTR) de lutte contre la tuberculose (TB) sous la supervision du Délégué Régional de la Santé Publique (DRSP) a pour mission d'organiser, de coordonner,

de suivre et d'évaluer la mise en œuvre du programme de la lutte contre la tuberculose dans la région. La région du littoral dispose également d'un Laboratoire Régional de Référence de la tuberculose (LRR) ; ce laboratoire est sous la coordination du Laboratoire National de Référence (LNR).

Ce laboratoire est responsable des activités de diagnostic, de suivi biologique des patients mais aussi de la supervision des laboratoires des formations sanitaires (Fosa) dotées d'un centre de diagnostic et de traitement de la tuberculose (CDT), du contrôle de qualité selon les termes de référence spécifiques qui leur sont attribuées. Le LRR participe aux activités de supervision, de contrôle de qualité de microscopie, de formation du personnel et d'appui aux partenaires locaux impliqués dans la lutte antituberculeuse.





Cartographie de la répartition des cas de tuberculose toutes formes confondues dans la région du littoral.

### SS Mag : Quelles sont les difficultés que vous rencontrez pour appliquer votre plan de travail ?

L'une des principales difficultés à laquelle nous sommes confrontés c'est le faible accès au dépistage et au diagnostic des présumés TB ; il persiste depuis plus d'une décennie un gap important entre le nombre de cas attendus par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) et le nombre de cas TB notifiés par le PNL (Programme National de lutte contre la Tuberculose) qui oscille entre 47 et 51%. Les présumés TB ou les patients atteints de tuberculose ne consultent pas les formations sanitaires à cause des difficultés d'accès qui peuvent être de divers ordres : la méconnaissance de la tuberculose ou des services de lutte contre la TB ; les malades consultent les FOSA mais ils ne sont pas diagnostiqués pour plusieurs raisons : une absence du plateau technique pour diagnostiquer la tuberculose, les centres de diagnostic et de traitement de la tuberculose ne sont pas disponibles ou sont de qualité insuffisante, l'offre de soins auprès de prestataires qui n'ont pas une connaissance suffisante de la tuberculose ; parfois les patients sont diagnostiqués mais ils ne sont pas pris en charge (perdus de vue entre le laboratoire et le CDT) ou alors pas du tout rapportés par le système (sous-notification des cas). Une enquête a été menée au Cameroun sur l'analyse du parcours des patients (Patient Pathway Analysis). Cette enquête a montré que 9% seulement des présumés TB se sont rendus dans une FOSA offrant la prise en charge de la TB lors de la recherche initiale de soins (l'accès au soin dans cette enquête variant de moins de 3% à 16% dans les dix régions du pays).

Quatre-vingt-sept pourcent de la population consultent en premier lieu dans les FOSA du niveau périphérique (Centre de Santé Intégré et Centre Médical d'Arrondissement) qui ont une couverture en CDT de 1,3%. Par ailleurs, les croyances socio-culturelles semblent contribuer à entretenir cette faible accessibilité aux soins entre le laboratoire et le CDT) ou alors pas du tout rapportés par le système (sous-notification des cas). Une enquête a été menée au Cameroun sur l'analyse du parcours des patients (Patient Pathway Analysis). Cette enquête a montré que 9% seulement des présumés TB se sont rendus dans une FOSA offrant la prise en charge de la TB lors de la recherche initiale de soins (l'accès au soin dans cette enquête variant de moins de 3% à 16% dans les dix régions du pays). Quatre-vingt-sept pourcent de la population consultent en premier lieu dans les FOSA du niveau périphérique (Centre de Santé Intégré et Centre Médical d'Arrondissement) qui ont une couverture en CDT de 1,3%. Par ailleurs, les croyances socio-culturelles semblent contribuer à entretenir cette faible accessibilité aux soins.

### SS Mag : Quelles sont vos recommandations pour la communauté :

- Sensibiliser les populations sur la maladie à travers les causeries éducatives (qu'est-ce que la TB, comment on l'attrape, comment on l'évite ; etc...)
  - Sensibiliser les populations concernant le traitement de la TB qui est gratuit et se fait dans les Fosa
  - Encourager les tousseurs à se rendre dans les Fosa pour se faire dépister
  - Vacciner les enfants par le BCG dès la naissance.
  - Lutter contre les facteurs favorisants en mettant un accent sur l'hygiène et la salubrité
- Pour le PNL
- Envisager la création de nouveaux CDT dans les FOSA du niveau périphérique où consultent en premier lieu les patients.
  - Identifier les Fosa du niveau périphérique et former le personnel sur la TB en mettant un point d'honneur sur la capacité du personnel soignant à identifier les cas présumés TB à la consultation et les référer vers des fosa offrant les services de prise en charge de la TB.

## BON À SAVOIR

La tuberculose est une maladie infectieuse causée par le bacille de Koch. C'est une maladie à déclaration obligatoire car très contagieuse.

Le bacille tuberculeux peut avoir plusieurs localisations (poumons, ganglions, os, les méninges).  
Ce qui influence le traitement.

Le traitement lorsqu'il est suivi correctement et bien conduit (EXPLICATIONS) doit aboutir à la négation durable des examens bactériologiques. Les deux derniers (ethambutol et le pyrazinamide) seront interrompus après 2 mois de traitement, l'isoniazide et la rifampicine seront poursuivis jusqu'à la fin du mois ou alors une polythérapie

de 9 mois incluant l'isoniazide, la rifampicine et l'ethambutol. Ce dernier sera interrompu après 2 mois de traitement l'isoniazide et la rifampicine seront poursuivis jusqu'à la fin du 9e mois. En cas de bacille résistants d'autres traitements ont été proposés:

- les corticoïdes
- la rifabutine

RESTE DES CHOSES TROP SCIENTIFIQUES À SUPPRIMER DEVRAIT PREVENIR ET CONSEILLER D'AVANTAGE.

Dr A. PRISO BEKOMBE / Dr G. MBE EMANE

## PARCOURS DE SOINS

### A: LA PREVENTION

#### 1-) La vaccination

La meilleure des préventions reste la vaccination: BCG. La vaccination est obligatoire chez les nouveaux nés, les enfants, adolescents scolarisés, les adultes. Ainsi que chez toute personne à risque, ou surexposée (étudiant en santé, personnel médico sanitaire). Elle se pratique couramment par injection intra dermique (dans la peau) ou scarification de bacille de Calmette et Guérin.

Elle présente un risque dans les cas de déficit immunitaire (diminution de défenses de l'organisme comme le VIH) congénital ou acquis, les dermatoses (maladies de la peau) étendues en évolution. Le contrôle post vaccinal de 3 à 12 mois après la vaccination, se fait par l'intra-dermo réaction (IDR) qui consiste en une injection intra dermique de tuberculine (substance extraite du bacille de la tuberculose) et doit être lu par un médecin 72 heures après.

Si le test est négatif, il faut revacciner. Le BCG est partie intégrante du PEV (programme Elargi de Vaccination).

#### 2-) La visite systématique

La consultation systématique en entreprise est un bon moyen de dépistage par les radiographies pulmonaires.

### B: LA MALADIE

La radio pulmonaire L'IDR est aussi un moyen de savoir si l'on est infecté. En cas de non vaccination, un test positif devra faire soupçonner une tuberculose.

L'examen de crachats

La chimiothérapie: les médicaments prescrits par le médecin.

### C: LES ÉTABLISSEMENTS DE SOINS

- Hôpital Jamot Ydé
- Centres de santé Hôpitaux de district
- Hôpitaux généraux

Dr G. MBE EMANE

## Conseils pratiques

Les antituberculeux sont toujours associés les combinaisons de ces médicaments peuvent être administrés sous forme d'association type: gratuit sur tout le territoire camerounais. Ceci améliore l'observance thérapeutique en diminuant le nombre de prise de médicaments. Quelques précautions à prendre au cours du traitement.

- En cas d'insuffisance rénale, de troubles hépatiques il faut diminuer les doses habituelles

- Les femmes sous contraceptifs hormonaux doivent adopter une autre méthode de contraception.

- Palier les effets indésirables troubles digestifs, troubles hépatiques, troubles oculaires, troubles hématologiques.

- Administrer de la vitamine K à la femme enceinte et à l'enfant à la naissance (car risque 5/5 d'hémorragie néonatale)

- Les patients doivent être informés que le traitement peut causer une coloration rougeâtre des urines et des larmes

- Il faut attentivement surveiller la fonction hépatique chez les personnes âgées et les alcooliques

- Toute modification de traitement dans les cas sus-cités ne se fera que sur avis et contrôle du médecin traitant.

Dr. A. PRISO BEKOMBE

**LE BRONZE**  
DECORATION FLORALE EVENEMENTIELLE

- SALLE DE BANQUET
- MAISON MORTUAIRE
- VEHICULE NUPTIAL
- COMPOSITIONS FLORALES
- VENTE ACCESSOIRES DECO ET FLEURS
- SERVICES DIVERS à LA DEMANDE

📍 Marché des fleurs Bonapriso  
BP: 8010 Douala Cameroun  
Contact : 699967317  
Fannyvete@gmail.com

## Pharmacies de garde



PHARMACIE DE GARDE A DE DOUALA FEVRIER - MARS 2024			
DU LUNDI 8H AU VENDREDI 8H (EN SEMAINE)			
DU LUNDI 12/02 AU VENDREDI 16/02		DU VENDREDI 16/02 AU LUNDI 19/02	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
TRINITE	233 42 46 44	LIBERTE	233 42 20 25
AXIALE	233 41 39 39	COUPOLE	233 40 25 36
SAS	233 02 87 34	OLIVIER	233 40 34 22
RAIL	233 14 03 25	ST LAURENT	233 43 16 80
AEROPORT	233 42 28 76	HOTEL DE L 'AIR	233 42 64 57
CARREF ANATOLE	233 12 86 97	SAINT NICOLAS	233 42 10 49
NJO NJO	672 93 37 92	SALUT	233 37 27 02
BERTAUD	233 42 44 16	AGORA DE NGODI BAKOKO	672 93 37 92
SHEKINA	699 60 88 41	PHARMACIE ST PIERRE	695 49 27 38
MARCHE	233 42 64 57	MOSQUE	233 42 64 57
CITE DES PALMIERS	233 37 24 84	MERVEILLE	233 37 67 84
LA PATIENCE	699 11 21 00	PEOPLE	233 37 42 97
VERTUS	233 47 80 18	KOTTO	233 05 55 91
		FLEURON	233 47 12 22
DU LUNDI 19/02 AU VENDREDI 23/02		DU VENDREDI 23/02 AU LUNDI 26/02	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
JOUVENCE	233 42 47 79	CONCORDE	233 43 49 29
MONDIAL	233 40 24 92	BON SECOURS	233 42 08 68
BOURSE	233 06 00 48	SENTINELLE	696 04 30 84
ESPOIR	233 42 79 82	SANTE POUR TOUS	233 40 19 00
RUE KOLOKO	674 44 77 15	UNIVERS SANTE	233 40 39 94
LA COTE	233 42 64 57	BALANCE	233 42 49 75
RAIL	233 14 03 25	KOUMASSI	233 03 37 87
STE MARIE	672 93 37 92	ARTS ET FLEURS	699 105 677
BLESSING PHARMACY	656 67 71 41	AEROPORT	233 42 28 76
GENIE	233 42 64 57	NYLON	233 37 22 33
LA VITA	242 82 34 18	ST RAPHAEL	697 17 92 27
CARREFOUR Z	242 82 34 18	OLYMPIQUE	233 37 02 97
MAKEPE	233 47 55 55	SACRE CŒUR	699 08 83 87
VOTRE PHARMACIE	243 21 20 73	DES IMMEUBLES	652 52 38 24
		BONAMOOUSSADI	233 47 24 81
		NOTRE DAME VICTOIRE	243 06 42 44
DU LUNDI 26/02 AU VENDREDI 01/03		DU VENDREDI 01/03 AU LUNDI 04/03	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
PORTIQUE	233 42 14 44	TRINITE	233 42 46 44
JAMOT	233 42 03 13	AXIALE	233 41 39 39
ESSEC	233 40 56 50	SAS	233 02 87 34
LILAS	233 40 00 61	CARREF ANATOLE	233 12 86 97
DE GAULLE	233 43 37 29	NJO NJO	233 42 39 25
GABELOU	233 42 64 57	BERTAUD	233 42 44 16
EXPRESS	672 93 37 92	SHEKINA	699 60 88 41
OUAMBO VICTOR	677 96 64 53	MARCHE	233 42 64 57
YASSA	651 15 40 39	CITE DES PALMIERS	233 37 24 84
FRIENDSHIP	694 40 73 90	LA PATIENCE	699 11 21 00
SHAMMAH	233 37 60 30	VERTUS	233 47 80 18
SAINT JOSUE	243 56 32 41		
KOTTO	233 05 55 91		
FLEURON	233 47 12 22		

DU LUNDI 04/03 AU VENDREDI 08/03		DU VENDREDI 08/03 AU LUNDI 11/03	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
PHARMACIE ST PIERRE	695 49 27 38	BLESSING PHARMACY	656 67 71 41
MOSQUE	672 93 37 92	GENIE	233 42 64 57
MERVEILLE	233 37 67 84	LA VITA	242 82 34 18
PEOPLE	233 37 42 97	CARREFOUR Z	242 82 34 18
DES IMMEUBLES	652 52 38 24	MAKEPE	233 47 55 55
BONAMOISSADI	233 47 24 81	VOTRE PHARMACIE	243 21 20 73
NOTRE DAME VICTOIRE	243 06 42 44		
DU LUNDI 11/03 AU VENDREDI 15/03		DU VENDREDI 15/03/24 AU LUNDI 18/03/24	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
CONCORDE	233 43 49 29	PORTIQUE	233 42 14 44
BON SECOURS	233 42 08 68	JAMOT	233 42 03 13
SENTINELLE	696 04 30 84	ESSEC	233 40 56 50
SANTE POUR TOUS	233 40 19 00	LILAS	233 40 00 61
UNIVERS SANTE	233 40 39 94	DE GAULLE	233 43 37 29
BALANCE	233 42 49 75	GABELOU	233 42 64 57
KOUMASSI	672 93 37 92	EXPRESS	233 42 45 61
ARTS ET FLEURS	699 105 677	OUAMBO VICTOR	677 96 64 53
AEROPORT	233 42 28 76	YASSA	651 15 40 39
NYLON	233 37 22 33	FRIENDSHIP	694 40 73 90
SAINT RAPHAEL	697 17 92 27	SHAMMAH	233 37 60 30
OLYMPIQUE	233 37 02 97	SAINT JOSUE	243 56 32 41
SACRE CŒUR	699 08 83 87	KOTTO	233 05 55 91
LA PATIENCE	699 11 21 00	FLEURON	233 47 12 22
VERTUS	233 47 80 18		
DU LUNDI 18/03 AU VENDREDI 22/03		DU VENDREDI 22/03 AU LUNDI 25/03	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
TRINITE	233 42 46 44	LIBERTE	233 42 20 25
AXIALE	233 41 39 39	COUPOLE	233 40 25 36
SAS	233 02 87 34	OLIVIER	233 40 34 22
CARREF ANATOLE	233 12 86 97	ST LAURENT	233 43 16 80
NJO NJO	233 42 39 25	HOTEL DE L'AIR	233 42 64 57
BERTAUD	233 42 44 16	SAINT NICOLAS	233 42 10 49
SHEKINA	672 93 37 92	SALUT	233 37 27 02
MARCHE	233 42 64 57	AGORA NGODI BAKOKO	672 93 37 92
CITE DES PALMIERS	233 37 24 84	PHARMACIE ST PIERRE	695 49 27 38
MAKEPE	233 47 55 55	MOSQUE	233 42 64 57
VOTRE PHARMACIE	243 21 20 73	MERVEILLE	233 37 67 84
		PEOPLE	233 37 42 97
		DES IMMEUBLES	652 52 38 24
		BONAMOISSADI	233 47 24 81
		NOTRE DAME VICTOIRE	243 06 42 44

## QUIZZ

- Q1: Le cancer est la prolifération anarchique de cellules normales.  
 Q2: La consommation de graisses, d'alcool et de tabac n'a pas d'effet sur la formation d'un cancer.  
 Q3 Tout comme la consommation de légumes et fruits, la pratique d'un sport.  
 Q4 : La prévention par auto palpation est simple, facile et accessible à tous.  
 Q5: Une consultation annuelle chez son médecin est la meilleure des préventions.

- VRAI       FAUX  
 VRAI       FAUX  
 VRAI       FAUX  
 VRAI       FAUX  
 VRAI       FAUX

Réponses: R1: Vrai -R2: Faux -R3: Faux -R4: Vrai -R5: Vrai

# Salubrité urbaine : le programme Douala Clean City, It's Possible ! est lancé

Présenté officiellement le 23 octobre 2023 par le Gouverneur de la Région du Littoral aux différentes autorités de la ville de Douala, le programme « Douala Clean City, It's Possible ! » a été lancé sur toute l'étendue des cinq arrondissements continentaux le 31 octobre 2023 par le Maire de la Ville. Il faut dire que ce programme arrive à point nommer tant la ville de Douala fait face à une insalubrité criarde qui dénature le décor urbain avec des tas d'immondes qui occupent de manière anarchique la voie publique.

## Une opération de propreté urbaine

Douala Clean City, It's Possible ! est un vaste programme d'assainissement qui a pour objectif de mobiliser, tous les acteurs autour de la gestion efficace des déchets solides ménagers et assimilés (DSMA) pour un niveau de propreté

mais en les mettant systématiquement dans des sacs poubelles et à les sortir uniquement aux heures et aux jours de pré-collecte ou de collecte ou encore, en les déposant dans les bacs publics. Les sacs poubelles devront soigneusement être fermés afin d'éviter la prolifération des dépôts sauvages sur les emprises publiques, responsable de l'obstruction des caniveaux, des drains et de l'apparition de certaines maladies dans la ville.

## Une ville propre, c'est l'affaire de tous

Chewing-gums ou papiers jetés par terre, déjections d'animaux en divagation sur le trottoir, dépôt sauvage de sac poubelle, autocollant posé sur les murs, ou bien détritus versé dans le caniveau... autant de mauvais réflexes qui à l'échelle de la ville sont lourds de conséquences. La Ville de Douala, qui a fait une de ses priorités la qualité de l'espace public, déploie

C'est pourquoi, la propreté étant une responsabilité de tous, les populations sont invitées à adopter de manière citoyenne une attitude civique pour maintenir nos rues, nos quartiers et nos espaces publics propres et de manière permanente. Chaque déchet a un coût financier, pour l'environnement et chacun doit pouvoir adopter les bonnes pratiques en nettoyant devant chez soi, en jetant ses ordures dans une poubelle plutôt que dans la rue ou encore, en triant bien ses déchets.

## Emballages : plus simple le tri !

Le tri des déchets consiste à séparer les déchets en fonction de leur nature et de leur composition afin qu'ils puissent être idéalement recyclés. Adopter le réflexe tri permet de réduire son impact sur l'environnement. Lavoisier a dit «rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme» et où que vous vivez, réduire et trier ses déchets représente un engagement éco-citoyen à la portée de tous. La ville de Douala encourage les populations à bien trier leurs déchets pour favoriser le recyclage afin d'éviter le gaspillage et réduire la pollution. Dans le cadre du programme «Douala Clean City, It's Possible !», des poubelles de tri sélectif ont été déposées dans certains quartiers (Bonanjo, Bonapriso, Akwa et Deïdo) de l'arrondissement de Douala 1er qui est la zone pilote du projet.

Désormais, même dans nos bureaux, séparons nos déchets fermentescibles (restes alimentaires, déchets biodégradables etc.) des déchets secs (papiers, cartons, verres, plastiques etc.). Ensemble, rendons notre ville propre.

Divcom/CUD 2023



té et de salubrité acceptable dans la ville de Douala. Il invite toutes les populations à adopter les bons gestes dans la gestion des ordures en évitant de les jeter n'importe où,

de gros moyens pour assurer la propreté du domaine que nous partageons. Cependant ces moyens restent insuffisants du fait de la progression des incivilités urbaines.



## Hygiène de vie

**ALIMENTATION ET TUBERCULOSE**

La tuberculose est une maladie chronique épuisante, cachectisante (amaigrissement et altération de l'état général au cours de laquelle les ressources de l'organisme sont activement mobilisées pour la défense contre l'infection. Ces ressources peuvent donc difficilement faire face dans le même temps à une arrivée massive d'éléments nutritifs, raison pour laquelle il faut éviter une suralimentation et favoriser l'apport d'aliments essentiels pour lutter contre l'infection, à savoir les aliments riches en sels minéraux, en vitamines, en substances antibiotiques.

<b>SELS MINERAUX INDISPENSABLES</b>	<b>SOURCES</b>
Fer - Cconsommation dans la salade Epinard, folon, foie, viande rouge, feuilles de manioc	Epinard, Folon, foie, viande rouge, feuilles de manioc
Foie, légumes secs, haricots, soja, oeufs, volaille	Foie, légumes secs, haricots, soja, œufs, volaille
Cuivre, indispensable pour l'utilisation du fer banane, épinard	Banane, épinard
Calcium, substance alcaline santé Lait, yaourt, fromage	Lait, yaourt, fromage
Vitamines, favorisent les défences Carotte, tomate, betterave	Carotte, tomate, betterave
Provitamine A	
Vitamine C, anti-infectieuses Orange, citron, mandarine, pamplemousse	Orange, citron, mandarine, pamplemousse
Vitamine D Foie, jaune d'oeuf, lait	Foie, jaune d'œuf, lait
Substances antibiotiques, Miel, ail	Miel, ail
Autres nutriments plastiques végétales	
Protéines végétales Haricots secs, soja, lentilles	Haricots secs, soja, lentilles
Protéines animales Viande, poisson, oeufs, soja	Viande, poisson, œufs, soja
<b>ALIMENTS A REDUIRE</b>	<b>ALIMENTS A CONSOMMER</b>
- boissons alcoolisées	- Foie, œuf.
- le café	- Les fruits (orange, pamplemousse, citron, Mandarine, banane
- graisses animales	Les légumes cuits (épinard, Folon, les feuilles de Manioc.
- les fruits de mer (crabes, crevettes, langoustes) contiennent - Les crudités (tomate, carotte, laitue, betterave) Des toxines, menace du système immunologique de défense - L'ail, l'oignon, le miel, le soja de l'organisme.	Les crudités (tomate, carotte, laitue, betterave) - L'ail, l'oignon, le miel, le soja..

## Les dons de la nature

### LE MIEL. « Doux cadeau des abeilles »

Comme le dit si bien un rédacteur mexicain, le miel est un produit naturel issu de la transformation biochimique par les abeilles, de substances végétales, animales et minérales.

Il existe différents types de miels en fonction, de l'espèce végétale butinée, du mode d'obtention, de l'altitude, des facteurs climatiques et géologiques (nature du sol), de l'espèce d'abeille.

Le miel contient de l'eau, beaucoup de glucides, un peu de protéines végétales, des sels minéraux, des oligo-éléments, des vitamines (en l'occurrence la provitamine A), des enzymes digestives et une substance antibiotique (l'inhibine) qui lui confère le rôle « d'aliment antibiotique ».

Cette substance lui confère aussi une action immunitaire. (Le miel renforce la défense naturelle de l'organisme). La consommation régulière du miel ou tout autre produit naturel ayant des fonctions immunitaires tel que le soja, l'ail et d'autres, est donc recommandée pour préparer l'organisme à combattre les maladies.

Arlette TCHOUAMO



## Univers produits

Le soja, aliment miracle par excellence. On ne le dira jamais assez!

En effet, la consommation mondiale du soja ne cesse de croître tous les ans et sa cotation en bourse des produits agricoles de Londres en est la preuve. Certaines ménagères aux USA en ont même fait un de leurs plats favoris. Le nombre de produits à base de soja référencés par les grandes surfaces confirme l'importance de la place de choix du soja dans l'alimentation.

Cela n'a pas échappé à DANONE le N° 1 mondial des produits alimentaires avec son yaourt au soja. Le soja est cultivé dans notre pays et son prix est à la portée de toutes les bourses. Mais il est très peu consommé et négligé.

Le soja et le miel deux boosters des défenses naturelles de l'organisme à incorporer dans son alimentation quotidienne, surtout le soja enrichi de vitamines et sels minéraux.

Les fruits et légumes sont également des sources de vitamines recommandées pour un bon équilibre alimentaire. Afin de garantir un apport efficace de vitamines dans l'organisme, il est judicieux de consommer les fruits à l'état pur. Dans le commerce on peut trouver des jus de fruit 100% naturel (PS bien lire l'étiquette) ou produire soi-même son jus de fruit naturel à la maison.

LA REDACTION



## Sport et Tuberculose

Le sport est un excellent moyen de prévention contre la maladie. Il permet l'élimination de toxines, une meilleure oxygénation de l'organisme en particulier du cerveau, l'augmentation de la capacité pulmonaire, un bon fonctionnement des muscles dont le muscle cardiaque, et surtout une optimisation de notre système immunitaire;

Malgré tous ces bons points, le sport est totalement contre-indiqué en cas de tuberculose déclarée. Si vous vous sentez une âme de sportif en cas de mieux-être dans le cours du traitement, n'entrez rien sans l'avis de votre médecin.

Dr G. MBE EMANE



## A votre écoute

**Arlette** " je ne comprends plus ma poitrine" , je suis une fille âgée de 25 ans. Depuis plusieurs jours je constate que mes seins ont du volume et ils me font terriblement mal. Cependant je ne suis pas enceinte, ni en période de menstruation je ne sais pas ce qui m'arrive Aidez-moi svp!

**La rédaction:** Les seins gonflent dans les jours qui précèdent les règles et pendant la grossesse et l'allaitement de façon physiologique. Si les seins se mettent à gonfler en dehors de ces périodes, il faut consulter le médecin.

**Didier:** Depuis 16 ans je suis marié à une femme avec qui nous avons un enfant. Il y a de cela 2 mois, je souffre d'une faiblesse sexuelle, ce qui m'empêche de satisfaire mon épouse et peut-être de faire un autre enfant. Dans ma tristesse ma honte, j'ai voulu me séparer de mon épouse.!

**La rédaction:** L'impuissance sexuelle ne veut pas dire infertilité. Le défaut d'érection a plusieurs causes, infectieuses, psychologiques, physiologiques la consultation chez le médecin est impérative pour connaître les raisons d'une absence d'érection lors des rapports sexuels.



9000 FCFA  
nuitée

## RESIDENCE MOUKOKO BLACK

Quartier Cénajès Mpalla Kribi

• Chambres spacieuses

• Villa meublée

A la plage sur bord de mer



(237) 676 21 81 71

(237) 674 14 36 94



(237) 693 96 16 97

## ZOOM SUR L'ENTREPRISE

### PRÉSERVER LA RESSOURCE HUMAINE

#### “L'ignorance, un danger pour la ressource humaine”

Dans l'entreprise, le DG et le DRH adopteront la prévention comme stratégie de préservation de la ressource humaine. Plus que jamais la devise devrait être mieux vaut prévenir que guérir. Prévention à deux niveaux: au sein de l'entreprise bien sûr, mais aussi en dehors.

A cet effet, le DRH pourrait envisager la diffusion au sein de l'entreprise de brochures et de dépliants destinés à édifier le personnel sur les mesures de prévention. Le premier ennemi de l'homme n'est pas la maladie mais l'ignorance. Le combat contre l'ignorance sera donc le combat majeur. Le DRH doit sortir de sentiers battus, de la routine, innover, envisager des mesures exceptionnelles s'il le faut.

Des Etats comme la Chine en sont arrivés à inscrire la gymnastique et la sieste dans leur constitution comme une obligation du citoyen, avec droit reconnu à l'entreprise de sanctionner les contrevenants; rien n'empêche un DRH, de réfléchir dans le même esprit pour la santé.

S'agissant de la prévention en dehors du milieu professionnel. L'employé peut Choper" le gène dans son milieu familial et devenir un risque pour ses collègues de service. Autant donc aller le plus loin possible dans la sensibilisation avec recommandation d'être également vigilant en famille. Rappeler à l'employé de faire vacciner les enfants. Cela peut aussi être un parent" tuberculeux venu du village, mais dont par ignorance, personne ne remarque la maladie. Dans ces conditions le risque d'infection est important pour l'employé et sa famille.

L'entreprise pourrait en outre prendre en charge les tests, en prescrire la périodicité.. Découverte à temps, la menace est rapidement circonscrite, et la ressource humaine préservée.

En cas de contamination effective, les décisions du DRH devront être gouvernées par la lucidité agir par nécessité et dans l'intérêt de préserver le milieu professionnel. Mais ne jamais décréter, par simple préjugé ou méchanceté humaine, la mise en quarantaine d'un(e) employé(e) qui après avoir été infecté, a reçu le traitement approprié. Nous ne sommes plus au 20<sup>e</sup> siècle, du temps où, il y a cinquante ans encore, aucun médicament ne permettait de guérir la tuberculose.



Habituellement, une personne ayant contracté la tuberculose en reste porteuse toute sa vie. Mais cela ne signifie pas que cette maladie soit tout le temps active.

La création d'une mutuelle des employés ou sa redynamisation figurerait parmi les recommandations fortes. L'entreprise accompagnerait ainsi les employés confrontés au BK sans assumer éventuellement de lourdes dépenses.

Le DRH prospectera également dans l'intérêt du personnel, les produits d'assurance/maladie les mieux adaptés à la couverture sanitaire des pathologies comme celle-ci.

A noter pour terminer que par ironie du sort, le DRH peut être contaminé par un employé lui-même contaminé par ignorance, pour n'avoir pas été suffisamment sensibilisé par son DRH.

## L'AVIS DU PSY

Dans l'imagerie populaire il est des maladies comme la tuberculose, qui relèvent souvent de la sorcellerie ou de la magie, et être atteint ou être malade de la tuberculose peut être interprété de diverses façons. Les réactions les plus récurrentes devant cette maladie contagieuse sont le rejet de la personne malade par elle-même, et beaucoup plus par son entourage familial et socio-professionnel.



L'aspect contagieux de la tuberculose transforme les patients ou les malades en pestiférés, pousse l'entourage de celui-ci à le mettre en quarantaine complète.

Aujourd'hui que la tuberculose est une maladie opportuniste liée au VIH SIDA, les incompréhensions, les maladroites, les indécidables liées souvent à l'ignorance ont confrontés les proches des personnes malades au comportement sus-cités.

a- Que faut-il faire quand un de nos proches est atteint de la tuberculose?

- C'est le moment ou jamais de former un cordon d'affection de compréhension d'indulgence, même d'amour autour du malade
- L'aider dans le suivi de sa thérapie médicamenteuse
- Mettre à sa disposition une cellule d'écoute gérée par des proches c'est-à-dire un cadre ou une personne disponible à écouter, à conseiller et à consoler le malade.

Lui montrer l'importance qu'il a dans la famille, qu'il reste un membre de cette famille, du clan, du groupe, de la société. Et que sa maladie n'est qu'une étape de la vie qu'il doit pouvoir

surmonter et gérer avec beaucoup de courage et de persévérance pour retrouver la santé et revenir parmi nous.

- Tout ceci devrait être fait pour aider à contribuer à la réinsertion familiale et socio-professionnelle de ce dernier:

b- Que ne faut-il pas faire ?

- Éviter de le rejeter de peur qu'il ne se rejette lui-même
- Éviter d'avoir avec le malade des comportements dégradants, amoindrisants et injurieux.
- Éviter surtout de l'abandonner.

Les malades ont besoin d'être soutenus compris et entourés car ils cultivent un sentiment de culpabilité, de rejet de soi. Il en est même qui vont jusqu'à penser au suicide.

Mais le bon encadrement de ceux-ci est capable d'améliorer rapidement le processus de guérison.

Dr Luc R. KOUOH DIPANDA





# Ma Boite à Moustique



Le piège **efficace** et **design** pour  
lutter durablement **contre les moustiques**



Avec Ma Boite à Moustique, les collectivités peuvent lutter contre la gêne occasionnée par les moustiques, sans danger pour les résidents et l'environnement.



**Efficacité scientifiquement prouvée en laboratoires indépendants\***



**Simple d'utilisation**



**Design moderne et lignes épurées**



**Made in France**

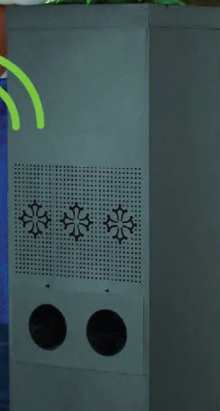


**Eco-responsable**



**Connecté et intelligent**

\*Test IZINOVATION - laboratoire français indépendant et certifié  
- 2022 - 95 % de moustiques capturés en 24 h dans un espace intérieur fermé



## Comment ça marche ?

Ma Boîte à Moustique piège les moustiques en imitant la présence humaine grâce à une faible diffusion de **CO2** et de **leurre de phéromone**.

Une fois **attirés** par le dispositif, les moustiques sont **aspirés** par les 2 entrées latérales et **capturés dans les filets**.

Notre solution est un traitement de fond, visant à **réduire drastiquement la population de moustiques**.

Le piège **consomme peu d'énergie** et grâce à **son faible niveau sonore, seulement 35 dB**, il est aussi discret qu'un brumisateur.

Un **réseau de pièges** permet de créer un **bouclier anti-moustique** et une zone intégralement protégée



### Renouvellement des consommables



4-5 semaines



CO2

Phéromone

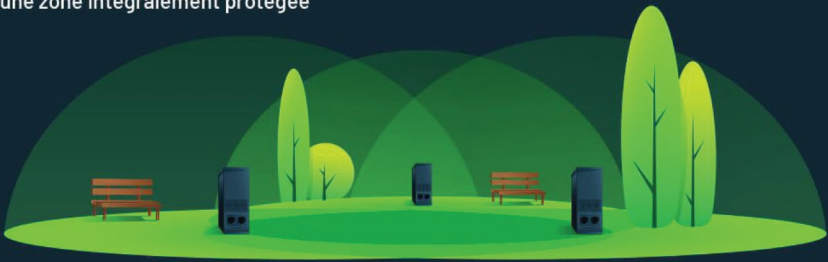
### Capteurs intégrés



### Diffusion CO2 et phéromones



### Aspiration des moustiques dans les filets



25 à 30m entre chaque piège

## Notre gamme



**GARDEN CORTEN**  
Imitation jardinière



**GARDEN ANTHRACITE**  
Imitation jardinière



**URBAN ANTHRACITE**  
Ancrage au sol

+237 652 39 95/ 695 65 12 69 ✉ [solutionssante1@gmail.com](mailto:solutionssante1@gmail.com) / [contact@solution-sante.com](mailto:contact@solution-sante.com)  
[www.solution-sante.com](http://www.solution-sante.com) Maboiteamoustique @maboiteamoustique  
 Solution Santé, 1130 Rue Charley EYOUN EBELLE 8010 Douala



Pour une ville de Douala propre,

# INTERDICTION DE JETER LES ORDURES AU SOL

Sous peine de SANCTIONS



**Douala Clean City**  
it's possible

## Que risque-t-on en cas de non-respect de ces mesures en faveur de la propreté urbaine ?

- Vous vous exposez à une amende de **25000 FCFA** pour toute personne prise en flagrant délit de fouilles de sacs poubelles ;
- Outre cette sanction, il peut vous être réclamée la somme de **10.000 FCFA** en tant que personne physique et **40.000 FCFA** en tant que personne morale pour tout autre violation de l'arrêté, notamment pour :
  - La non utilisation des sacs poubelles pour dépôt ou abandon d'ordures ;
  - La non possession d'espaces poubelles et bacs non homologués ;
- Vous risquez des poursuites pénales et civiles ainsi que l'obligation d'enlèvement des ordures déversées sur les emprises et places publiques ;
- Vous risquez la mise sous scellés et la saisie des biens ayant servi à la commission de l'infraction ainsi que la fermeture de vos locaux et établissements ;
- L'enlèvement à vos frais, risques et périls de tout enfouissement irrégulier par les services compétents.

## Que dois-je faire pour contribuer à la propreté de ma ville ?

- J'aime Douala, par conséquent sa propreté j'en fais mon affaire ! Et toi ?
- Luttons contre l'insalubrité et changeons définitivement de comportement pour améliorer notre cadre de vie ;
- Respectons les jours et horaires de passage des services de salubrité et rentrons nos bacs après la collecte ;
- Jetons nos déchets ménagers dans les bacs à ordures... et non par terre ou au sol ;
- Ne jetons pas nos déchets par les fenêtres de la voiture ou de la maison ;
- Ne transformons pas les espaces verts, les terrains de jeux ou les devantures des maisons/ domiciles privés en poubelles géantes ;
- Pour que Douala devienne la villa la plus propre du 237... AGISSONS !

## Pourquoi et comment puis-je contribuer à la propreté de Douala ?

- Une ville propre est une ville dans laquelle notre santé et celle de nos enfants ne sont pas menacées ;
- Une ville propre est une ville dans laquelle les populations cohabitent harmonieusement avec son environnement ;
- Une ville propre est source de fierté pour ses habitants et d'attractivité économique et touristique.